

Alterseinsamkeit

Strategische Überlegungen im RTK

1. Anlass

Lokale Entwicklungsstrategie für den Taunus

2022 Lokale Entwicklungsstrategie für den Taunus aufgestellt

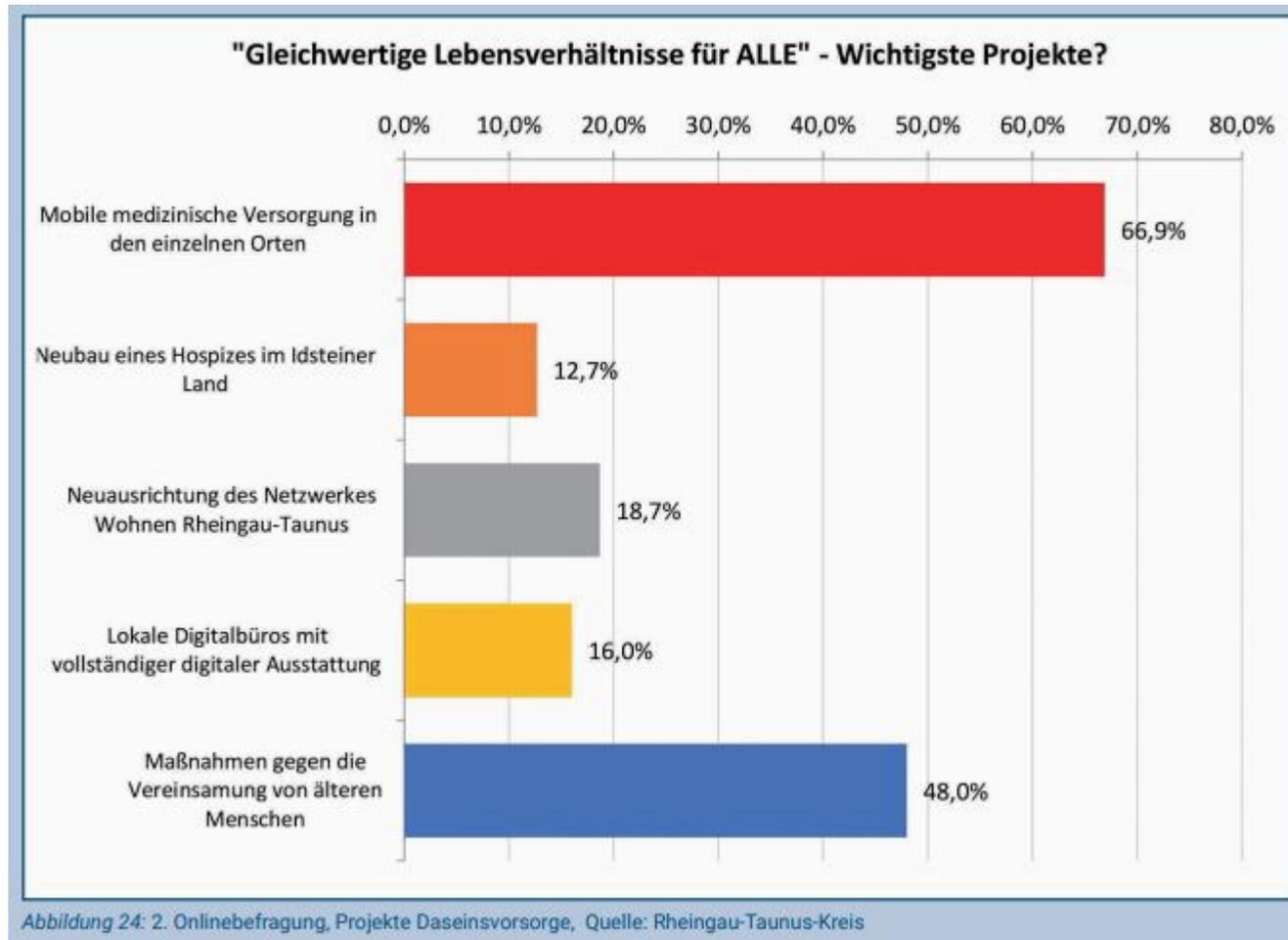
Gleichwertige
Lebensverhältnisse

Wirtschaft

Tourismus

Nachhaltigkeit und
Konsumverhalten

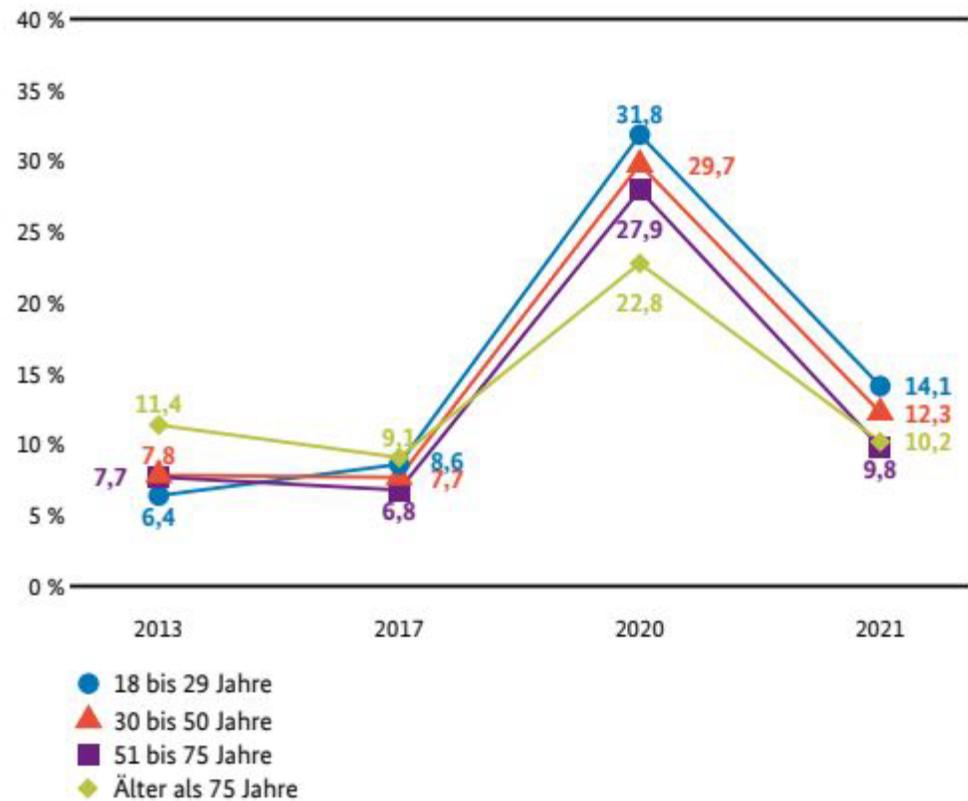
Wichtige Projekte Daseinsvorsorge



2. Daten und Fakten zur Alterseinsamkeit

Daten und Fakten

Abbildung 2.3: Einsamkeitsbelastungen ab 2013 nach Altersgruppen, Bevölkerung ab 18 Jahren, Instrument: UCLA-LS



Daten und Fakten

- Personen über 75 Jahre sind am stärksten von Einsamkeit betroffen
- Frauen weisen eher eine Einsamkeitsbelastung auf als Männer
- Große Belastung bei Menschen, die intensive Care-Arbeit leisten (pflegende Angehörige, Alleinerziehende) und Menschen mit Migrationserfahrung
- Einsamkeitsbelastung steht im Zusammenhang mit Misstrauen in staatliche Institutionen

Quelle: Einsamkeitsbarometer des Bundesministeriums Familien, Senioren, Frauen und Jugend [Einsamkeitsbarometer 2024 \(bmfsfj.de\)](https://www.bmfsfj.de/aktuelles/einsamkeitsbarometer-2024)

Auswirkungen der Einsamkeit

Senioren und Seniorinnen, die sich über einen langen Zeitraum hinweg einsam fühlen, **bewegen sich weniger, treiben seltener Sport, rauchen mehr, schlafen schlechter und haben häufiger chronische Erkrankungen.**

Einsamkeit kann [Stress](#) verursachen: Der Spiegel des Stresshormons Cortisol ist bei Stress erhöht – mit negativen Effekten auf die Gesundheit.

Dauerstress lässt den Blutdruck ansteigen und schwächt das [Immunsystem](#). Dadurch erhöht sich das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Entzündungen im Körper.

Die Psyche leidet ebenso: Einsamkeit im Alter kann zu [Depressionen](#), eingeschränkter Hirnleistung und einem erhöhten Suizidrisiko führen.

Wissenschaftlicher Ansatz: Wie schafft man Zugänge?

Zur Beantwortung dieser Frage hat das BMFSFJ das Institut für Sozialarbeit und Sozialforschung (ISS e.V.) in Frankfurt beauftragt.

Das o.g. Institut veröffentlichte die Studie: „Schwierige Zugänge älterer Menschen zu Angeboten der Sozialforschung“.

Das ISS ist zusammen mit seiner „Arbeitsgruppe Kompetenznetzwerk Einsamkeit“ Partner des Bundes

Ergebnis: **Schlüsselpersonen**

3. Rolle des Kreises

Kreis hat koordinierende Funktion

Zusammenarbeit verschiedener Fachdienste in der Kreisverwaltung erforderlich:
Kreientwicklung, Pflege und Soziales, Gesundheitskoordination, Eingliederungshilfe,
Beauftragte für Menschen mit Behinderung, Gesundheitsberichterstattung

Arbeitsgespräche 2023

Erster Schritt: Workshop im Januar 2024

Inhalte:

- Stakeholder bestimmen, Netzwerk etablieren
- Vorhandene Angebote sammeln und aufnehmen
- Was wären „ideale“ Angebote?
- Input zur Frage der Erreichbarkeit/Hindernisse

Teilnehmer

Kommunen

Hospizverein

Koordination
Gemeindepflege

Privater Pflegedienst

Beteiligte FD
Rheingau-Taunus-Kreis

Mehrgenerationenhaus

4. Gemeindepflegerinnen in Schlüsselfunktion

Welche Stakeholder haben Schlüsselfunktionen?

Besondere Rolle der Gemeindepflegerinnen

- Angebot zur Stabilisierung und Stärkung der selbstständigen Lebensführung älterer Menschen in ihrem Zuhause
- Ziel = Erhalt einer selbstständigen und selbstbestimmten Lebensführung im vertrauten Umfeld und Verzögerung/Vermeidung von Pflegebedürftigkeit

Gemeindepflegerinnen in Schlüsselfunktion

Gemeindepflegerinnen

- ✓ informieren, beraten und koordinieren Maßnahmen zur gezielten Unterstützung im Alltag, zur Förderung der sozialen/gesellschaftlichen Teilhabe und zur Vorbeugung von Einsamkeit
- ✓ hören zu, begleiten und unterstützen nach individuellem Bedarf
- ✓ kennen relevante Ansprechpartner/innen in der Region und vermitteln auf Wunsch notwendige Hilfen (z.B. soziale Kontakte, Unterstützung im Haushalt, Pflege)

Gemeindepflegerinnen in Schlüsselfunktion

- **Niedrigschwelliger Zugang:** Die Gemeindepflegerinnen sind in ihrer jeweiligen Stadt oder Gemeinde angestellt. Die Inanspruchnahme ist freiwillig und kostenlos. Beratungsgespräche können im eigenen Zuhause, am Bürostandort, telefonisch oder auch per Mail erfolgen.
- **Enge Zusammenarbeit mit relevanten Netzwerkpartnern** vor Ort und auf Kreisebene → Aufbau eines informellen Netzwerks

Gemeindepflegerinnen in Schlüsselfunktion

- **Koordination beim Kompetenzzentrum Pflege:** Regelmäßige Austauschtreffen, kollegiale Beratung und Fallbesprechungen, fachlicher Input und Austausch, gemeinsame Fortbildungen. Bei Bedarf gemeinsame Hausbesuche mit den Pflegeberaterinnen des KoP
- **Nehmen Bedarfe und fehlende Strukturen in der Angebotslandschaft wahr** und können vor Ort dazu beitragen, neue Angebote zu entwickeln, entsprechende Akteure und Ressourcen zu verbinden

Bisherige Erfahrungen Gemeindepflegerinnen

- Großer Zulauf, verschiedenste Anfragen, von kurzer Informationsvermittlung bis zu intensiver Beratung und Begleitung
- Zugang zu jüngeren Zielgruppen nur bedingt gegeben. Werden auch von Jüngeren (mit Behinderung, Krankheit, sozialen Problemen) angefragt, erklärte Hauptzielgruppe sind allerdings ältere Menschen (in Förderung formuliert)
- Zielen vor allem darauf ab, alleinlebende Menschen ohne soziales Netzwerk zu unterstützen. Merkmale von Einsamkeit sind jedoch vielschichtig und stehen damit nicht zwingend in Verbindung.

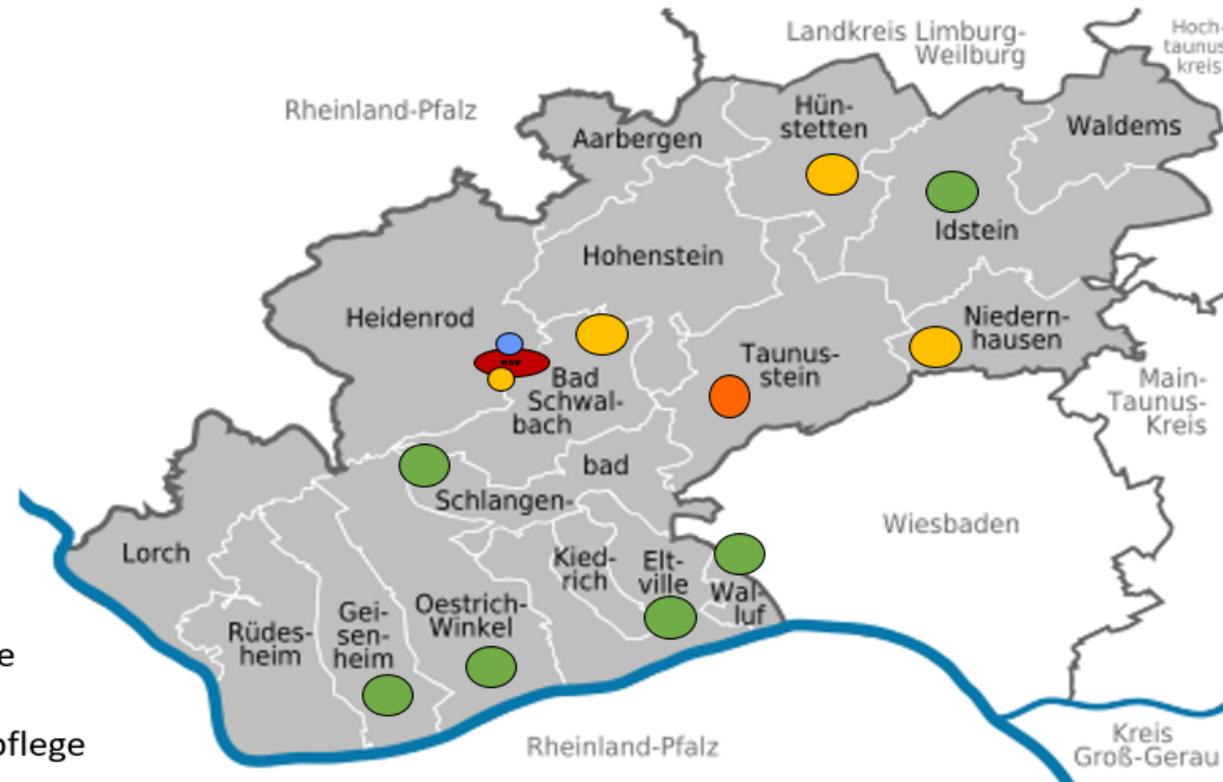
Bisherige Erfahrungen Gemeindepflegerinnen

- Unterschiedliche Qualifikationen der Gemeindepflegerinnen
- Nur bedingte Kapazitäten der Gemeindepflegerinnen
- Befristete Förderung, unklar, ob die Stellen weitergehend finanziert werden

Räumliche Verteilung Gemeindepflege

Gemeindepflege im Rheingau-Taunus-Kreis

- Eltville
- Idstein
- Walluf
- Geisenheim
- Schlangenbad
- Oestrich-Winkel
- Hünstetten
- Auf dem Weg:
 - Bad Schwalbach
 - Niedernhausen
 - Gemeindepflege RTK
- Beantragt:
 - Taunusstein
- KoP** = Kompetenzzentrum Pflege Rheingau-Taunus-Kreis
- Koordination Gemeindepflege



5. Aktiv in die Zukunft und weitere Angebote

Projekt „Aktiv in die Zukunft“

Menschen, die wegen Krankheit, Behinderung oder aus Altersgründen nicht mehr am Arbeitsleben teilnehmen, möchten oftmals trotzdem sehr gerne einer sinnvollen Tätigkeit nachgehen.

Projekt „Aktiv in die Zukunft“

- Für Menschen, die Sozialleistungen nach dem SGB XII oder Wohngeld beziehen.
- In Erstgesprächen mit Interessierten wird zunächst geklärt, welche Tätigkeit in Frage kommen könnte und welche Vorkenntnisse und Interessen bestehen.
- Bei einer Anmeldung wird im weiteren Verlauf in Firmen, Vereinen, Einrichtungen, kirchlichen Einrichtungen, Behörden, Schulen usw. nach geeigneten Stellen gesucht.
- Es werden ausschließlich individuell zu den Fähigkeiten, Wünschen, Einschränkungen passende Tätigkeiten ausgewählt.

Projekt „Aktiv in die Zukunft“

Vorteile

Raus aus der Einsamkeit

Kennenlernen neuer Menschen

Sinnvolle Beschäftigung

Anerkennung

Tages- / Wochenstruktur

Erkennen eigener Ressourcen

Aufwandsentschädigung pro Stunde, die nicht als Einkommen angerechnet wird

Fahrtkosten werden erstattet

Wie könnten weitere Angebote gestaltet sein?

- **Etablierung unverbindlicher „Dorftreffs“:** Diese Treffpunkte sollen für alle offen und gut erreichbar sein (attraktiv für verschiedene Altersgruppen).
- **Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung:** Viele Menschen kennen bestehende Angebote nicht. Gezielte Öffentlichkeitsarbeit könnte helfen, das Bewusstsein dafür zu schärfen.
- **Erfolge sichtbar machen:** Durch die bessere Publikation von Erfolgen könnte mehr Dynamik in die Thematik gebracht werden (einschl. Kurz-Interviews mit Beteiligten).

Herausforderung: Erreichbarkeit der Angebote

- Physische Barrieren, beginnt schon beim Verlassen der Wohnung
- Mobilität der Zielgruppe teilweise eingeschränkt, Ansatzpunkte: Bürgerbusse / Abholdienste
- Bekanntheit der Angebote: Öffentlichkeitsarbeit und Ansprache von Schlüsselpersonen erforderlich
- Finanzielle Möglichkeiten der Betroffenen

6. Wie geht es weiter?

Wie geht es weiter?

Problem der Verstetigung durch Vielzahl von anderen Aufgaben

Dennoch:

- Bearbeitung des Themas „Alterseinsamkeit“ im Rahmen eines (sozialen) Praktikums: Sammeln / Aufstellen von Angeboten, insbesondere in den Städte/Gemeinden
- „Alterseinsamkeit“ wird in den verschiedenen Bereichen in der Kreisverwaltung mitgedacht, z.B.:
 - ✓ Gesundheitskoordination: Präventionsangebote
 - ✓ Wirtschaftsförderung: Einbettung in den Offboarding-Prozess
 - ✓ Kompetenzzentrum Pflege: Angebote für pflegende Angehörige, Koordination Gemeindepflege initiiert regelmäßigen Austausch mit Multiplikatoren

Wie geht es weiter?

